

# Если ты заблудился в лесу



**1. СТОП! ОСТАВАЙСЯ НА МЕСТЕ,**  
Как только ты понял, что заблудился, отстал от группы или нуждаешься в помощи. Продолжая движение, ты уходишь еще дальше от людей, которые будут тебя искать. Если у тебя есть мобильный телефон, позвони родителям и скажи что случилось. Отключи телефон после звонка, чтобы сохранить заряд.

## 2. НЕ БОЙСЯ! ОТВЕЧАЙ ШУМОМ НА ШУМ

Теряются даже взрослые, это не твоя вина. Никто не будет тебя ругать. Думай о хорошем, тебя обязательно будут искать. Если ты слышишь непонятные тебе звуки или шорох, шуми в ответ (кричи, свисти, стучи). Если это зверь – он не подойдет к тебе, если люди тебя найдут.



## 3. СИГНАЛ! ОБОЗНАЧЬ МЕСТО, ГДЕ ТЫ НАХОДИШЬСЯ

Выложи стрелки из веток, сложи горки из камней, привяжи что-то яркое на ветки ближайшего дерева и периодически тряси. Днем находишься на открытой площадке, чтобы тебя могли заметить с воздуха. Размахивай руками. Оставь следы – четкие отпечатки своей обуви на рыхлой, грязевой почве. Подавай звуковые сигналы голосом, свистом, стуком палкой о дерево.



## 4. ХРАНИ ТЕПЛО И СИЛЫ!

Не лежи на голой земле. Из веток и листьев сооруди лежанку и укрытие (готовое – под поваленным деревом). Располагайся против ветра. Укрой себя сухими листьями на ночь. Если у тебя есть большой полиэтиленовый мешок, надень его на себя дном вверх, сделай небольшую дырку для лица, чтобы можно было дышать – он послужит тебе укрытием и сохранит в тепле.



## 5. БУДЬ ОСТОРОЖЕН!

Не ешь незнакомые грибы и ягоды, не пей воду из лесных источников – ты можешь серьезно заболеть или упасть в воду. Помни, ты можешь потерпеть и обойтись без еды и воды долгое время. Тебя найдут до того, как ты успеешь серьезно проголодаться.



## 6. ПОМОГИ СЕБЯ НАЙТИ!

Если по каким-то причинам ты продолжаешь двигаться, дай поисковикам возможность следовать за тобой. Оставляй знаки, указывающие направление твоего пути. Не сворачивай с тропинок и просек, иди вдоль видимых линейных ориентиров – они могут вывести к людям. Остерегайся водоемов, если на пути река – держись подальше.



## Отправляясь в лес, возьми с собой:



Свисток

Слышен в 3 раза дальше крика, привлечет внимание, даже когда нет сил кричать



Компас

Даже если вы не умеете им пользоваться, он поможет спасателям обнаружить и вывести вас из леса



Фонарик

Подавать световой сигнал, источник света при дожде, яркие вспышки с криками отпугнут многих животных



Дождевик

Или полиэтиленовая пленка – для накидки или навеса от дождя



Телефон

Должен быть полностью заряжен. Поможет связаться с близкими и спасателями, узнать время



Спички (зажигалка)

В непромокаемой упаковке. Костёр согреет, отпугнёт зверей, дым привлечёт внимание спасателей



Запас воды

(около 1,5 литра), человек может прожить без воды в среднем 3 дня. Кроме воды можно взять лёгких и калорийных продуктов



Лекарства

Если вы принимаете лекарства, они должны быть с собой